

Weg von alten Gewohnheiten – Veränderung in kleinen Schritten



Ein Abend zum Nachdenken und Mitdenken mit Univ. Prof. DDDr. Clemens Sedmak an der Universitätsbibliothek Salzburg

Am 07. Mai 2015 präsentierte Univ. Prof. DDDr. Clemens Sedmak in der Universitätsbibliothek Salzburg gewohnt eloquent, pointiert und humorvoll der interessierten Zuhörerschaft sein 7 Punkteprogramm zur „Macht der Gewohnheit“.

Gewohnheiten prägen unseren Alltag; sie können halten und stützen, aber auch einengen und fesseln. Was sind "gute Gewohnheiten"? Wie können Gewohnheiten angeeignet werden? Wie kann man mit schlechten Gewohnheiten brechen?

Univ. Prof. DDDr Sedmak spannte den Bogen rund um die „Macht der Gewohnheit“ von Aristoteles bis herauf ins 21. Jahrhundert. Er versorgte das Publikum mit praktischen Tipps und Tricks, aus dem philosophischen „Nähkästchen“, gegen unliebsame Gewohnheiten anzukämpfen und mit einer Portion Selbstreflexion sich selbst und seinen Alltag neu zu strukturieren.

Ein kurzweiliger Abend, gespickt mit dem umfassenden Wissen eines „Universalgelehrten“, echt Sedmak eben.

Rückblick in Bildern



Dr.ⁱⁿ Ursula Schachl-Raber (Leiterin der Universitätsbibliothek Salzburg - UBS) begrüßte das Publikum und eröffnete den Vortrag von Univ. Prof. DDDr. Clemens Sedmak

Das zahlreich erschienene Publikum in der historischen Bibliotheksaula der Universitätsbibliothek Salzburg.



Univ. Prof. DDDr. Clemens Sedmak erläuterte sein 7 Punkteprogramm zur „Macht der Gewohnheit“ und beantwortete anschließend Fragen aus dem Publikum.



Dr.ⁱⁿ Ursula Schachl-Raber (im Bild links) und Mag.^a Susanna Graggaber (im Bild rechts - Leitung Öffentlichkeitsarbeit der UBS) bei der Überreichung des Gastgeschenkes an Univ. Prof. DDr. Clemens Sedmak.



Bei Brot und Wein genossen die BesucherInnen den Ausklang der Veranstaltung.